|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Понедельник*** | ***Завтрак*** | Каша геркулесовая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Крестьянский» | 200г |
|  | Лапшевник с мясом | 150г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Компот из сухофруктов | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Мармелад/чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Ватрушка с повидлом | 150г |
|  | Чай п/сладкий | 200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Вторник*** | ***Завтрак*** | Каша манная | 200г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с клецками | 200г |
|  | Гороховое пюре | 110г. |
|  | Тефтели мясные | 80г |
|  | Компот | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Вафли/чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Макароны с сыром | 150г |
|  | Чай с сахаром | 200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда*** | ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200 г |
|  | Батон | 35г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Солянка | 200г |
|  | Гречка отварная с маслом | 110г. |
|  | Котлета мясная | 80г |
|  | Соус томатный | 40 г. |
|  | Овощной салат | 30г. |
|  | Морс из свежих ягод | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Сухари/ чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Сырники со сгущенкой | 130г |
|  |  | Чай с п/сладкий | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг*** | **Завтрак** | Каша ячневая | 200г. |
|  | Печенье | 15г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
|  | Йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с дом.лапша | 200г |
|  | Рис отарной с маслом | 110г. |
|  | Гуляш мясной | 90г. |
|  | Огурец свежий | 30г. |
|  | Напиток витаминный | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Салат «Витаминный» | 50г. |
|  |  |  |
|  | Гренок | 150г. |
| **Ужин** | Цикорий на молоке | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница*** | ***Завтрак*** | Каша рисовая | 200 г |
|  | Батон масло | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00** | Снежок | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной | 200г |
|  | Зразы из говядины с овощами | 150г |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Салат из свеклы | 50г |
|  | Морс из свежих ягод | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Ужин** | Булочка «Дорожная» | 130г. |
|  |  | Чай с сахаром | 200г. |